



# 脚がかゆくてプツプツと 湿疹ができました

皮脂減少性湿疹の疑いがあります

中野皮膚科クリニック

<http://www.nakano-derma.com/>

## 乾皮症

どちらも膝から下や腰・肩・上腕などにできやすい



皮膚がかさかさして白い粉をふくことも

## 皮脂減少性湿疹



皮膚の赤味や湿疹ができてかゆみを伴います

冬に多い乾皮症と皮脂減少性湿疹について、中野皮膚科クリニック院長の松尾光馬先生に聞きました。

— 乾皮症の特徴は？

「乾燥や加齢によって皮脂やセラミド（細胞間脂質）、天然保湿因子が減少し、肌の水分が失われ表面がカサカサします。60代以上の9割が乾皮症だと言われています」

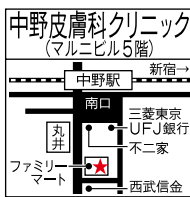
— 治療方法は？

「乾皮症は、尿素やセラミドなどの入った保湿クリームで角質層に水分を与え、ワセリンなどで表面の皮脂膜を補います。皮脂減少性湿疹の場合は、表皮内に知覚神経が進入し、よいかゆみを生じやすくなり、かくことで湿疹が現れます。これが皮脂減少性湿疹です。皮膚に赤味が出たり、表面がザラザラします」

— 日常生活で気をつけることはありますか？

「高温の風呂に長くはいることで血液の循環がよくなりかゆみが悪化します。入浴時は肌のこすり過ぎに注意。皮脂腺が少ないところはナイロンや綿タオルなどを使わず、石鹸の泡で流すくらいに。入浴後は5分以内に保湿して水分を閉じ込めて。保湿クリームは風呂場で塗るようにすると水分の蒸発を防げます」

03(57)42(0)722



診察時間 休診日：日曜、祝日

診療受付時間	月	火	水	木	金	土
9:30~13:00	○	○	○	○	○	○
15:00~19:00	○	○	18:30まで受付 ※予約制	○	○	17:00まで 受付

院長：松尾光馬 日本皮膚科学会皮膚科専門医、医学博士。東京慈恵会医科大学医学部卒業、同大附属病院皮膚科非常勤講師

2014年11月29日付 「リビング東京副都心」に掲載されました